

掲示用献立表

まとまりマッシュ(重軟) (A メニュー)

日付	2026年10月01日(木)	2026年10月02日(金)	2026年10月03日(土)	2026年10月04日(日)	2026年10月05日(月)	2026年10月06日(火)	2026年10月07日(水)	2026年10月08日(木)
朝食	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g
昼食	軟飯180g (ま)ポークソテー【アップルソース】 (ま)いんげんのさっぱり和え (ま)じゃがいものコンソメ煮 ストロベリームース	軟飯180g (ま)餃子のスープ煮 (ま)ブロッコリーのサウザンサラダ (ま)キノコのオイスター炒め 白ぶどうヨーグルト	軟飯180g (ま)赤魚の生姜煮 (ま)アスパラのトマトサラダ (ま)青梗菜のバターソテー 白ようかん	軟飯180g (ま)鶏肉の甘酢あん (ま)小松菜のツナ和え (ま)焼き茄子 メロンムース	軟飯180g (ま)カレイのバター醤油焼き (ま)キャベツのマヨ和え (ま)ひじき煮 パインミキサー	軟飯180g (ま)鯖の味噌煮 (ま)パプリカと玉葱のマリネ (ま)アスパラのにんにく炒め りんごヨーグルト	軟飯180g (ま)シイラのレモン焼き (ま)ほうれん草のピーナッツ和え コーンクリームポタージュ 手作りいちごプリン	軟飯180g (ま)松風焼き (ま)オクラのナムル (ま)キャベツのトマト煮 さくら餅風デザート
夕食	軟飯180g (ま)シイラの煮付け (ま)もやしのごま和え (ま)キャベツのガーリックソテー	軟飯180g (ま)スズキのマヨネーズ焼き (ま)菜の花の海苔和え (ま)切り干し煮	軟飯180g (ま)お好み焼き風オムレツ (ま)オクラとハムの和え物 (ま)カリフラワーの中華煮	軟飯180g (ま)鮭の照り焼き (ま)白菜のゆかり和え (ま)里芋の味噌煮	軟飯180g (ま)ハンバーグ【おろしポン酢】 (ま)豆腐サラダ (ま)ブロッコリーのたらこ煮	軟飯180g (ま)豚肉のソース焼き (ま)もやしのなめ茸和え (ま)南瓜の煮物	軟飯180g (ま)親子煮 (ま)カリフラワーのオーロラ和え (ま)いんげんのハム炒め	軟飯180g (ま)スズキのクリーム煮 (ま)青梗菜のさっぱり和え (ま)じゃがいものカレーソテー
一日合計								
日付	2026年10月09日(金)	2026年10月10日(土)	2026年10月11日(日)	2026年10月12日(月)	2026年10月13日(火)	2026年10月14日(水)	2026年10月15日(木)	
朝食	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	パン粥(ブルーベリー)300g	パン粥(イチゴ)300g	
昼食	軟飯180g (ま)鶏肉の梅チーズ焼き (ま)ブロッコリーのフレンチサラダ (ま)白菜のコンソメ煮 桃ヨーグルト	軟飯180g (ま)豚肉の生姜焼き (ま)アスパラのマヨ和え (ま)湯豆腐【ポン酢】 やわらか団子(黒ごま)	軟飯180g (ま)たらこ卵焼き (ま)パプリカのツナ和え (ま)菜の花の甘辛煮 いちごムース	軟飯180g (ま)鶏肉の胡麻味噌蒸し (ま)いんげんの生姜醤油和え (ま)カリフラワーと人参の煮物 マンゴーミキサー	軟飯180g (ま)豚肉のさっぱり煮 (ま)豆腐のシーザーサラダ (ま)アスパラのケチャップ炒め オレンジヨーグルト	軟飯180g (ま)チーズオムレツ (ま)カリフラワーの青じそサラダ コーンクリームポタージュ 手作りチョコプリン	軟飯180g (ま)カレイの煮付け (ま)ほうれん草の胡麻和え (ま)茄子のにんにく炒め ココアムース	
夕食	軟飯180g (ま)赤魚の中華蒸し (ま)いんげんの胡麻和え (ま)茄子のバター炒め	軟飯180g (ま)カレイのみぞれ煮 (ま)小松菜のゆかり和え (ま)もやしのオイスター炒め	軟飯180g (ま)焼き肉風 (ま)白菜のお浸し (ま)キノコの中華煮	軟飯180g (ま)鯖の塩麹焼き (ま)茄子のなめ茸和え (ま)さつまいものレモン煮	軟飯180g (ま)シイラのみりん焼き (ま)オクラのポン酢和え (ま)里芋の豆乳煮	軟飯180g (ま)鮭のハニーマスタード焼き (ま)もやしのナムル (ま)じゃがいもの味噌煮	軟飯180g (ま)肉団子の甘酢あん (ま)キャベツの海苔和え (ま)ブロッコリーのコンソメ煮	
一日合計								